

Meritxell Morera, fundadora y directora de SABÁTICA

**“No se trata sólo de pasarlo bien, sino de emplear bien ese tiempo”**

**Sabática facilita a cualquiera un paréntesis a través de su programa de BECAS.**

*Redacción FSB*

Si dispones de un paréntesis, forzado o elegido, puedes elegir cómo vivir esta experiencia. Desde **Sabática** tienen un consejo: “Busca que te sirva no sólo para crecer personalmente sino para adquirir experiencia en su sector o cambiar de carrera”. Al margen de tu situación, tus recursos, tus necesidades, con financiación, con beca, por solidaridad... los especialistas en paréntesis son **sabatica.org**



**¿Un año sabático no son 365 días para no hacer nada?**

**No hacer nada no es la filosofía de este movimiento, sino un tiempo para buscar respuestas**

El año sabático - gap year- es un movimiento que nace a principios de los años 70 en Reino Unido, con el fin de dar la oportunidad, sobre todo a los jóvenes de 18 -25 años, de hacer un paréntesis antes de empezar la universidad, durante o antes de iniciar la vida laboral para poder experimentar.

**Esta costumbre se empieza a extender a otras edades y se suman profesionales y gente en activo que necesita un paréntesis.**

De entrada se toman todo un año que en la mayoría de veces se utiliza **para viajar, conocer, experimentar, pero poco a poco ven la necesidad de buscar experiencias** que les llenen ese vacío en el CV. *Hay gente que lo llama la mili del s. XXI.*

Con los años se buscan experiencias más enriquecedoras, conocer y convivir con otras culturas, aprender idiomas, trabajar en algo o hacer alguna actividad que les ayude a romper/desconectar/descansar de su actividad actual y probar cosas nuevas.

**Hacer todo eso por uno mismo, requiere mayor presupuesto y más tiempo y por ello aparecen empresas como Sabática para ayudar a encontrar el programa que mejor se adecue a cada individuo, sus necesidades y sus recursos.**

Sobre todo remarcar la necesidad que esa experiencia vital les sirva no solo para crecer personalmente sino para adquirir experiencia en su sector o bien cambiar de carrera. Ese tiempo debe emplearse para desconectar, poner distancia y tomar decisiones cruciales, no se trata sólo de pasarlo bien sino de **emplear bien ese tiempo.**

**Sabatica.org empieza a funcionar en 2007 como pioneros en el sector ¿existía una cultura en España de "tomarse un paréntesis"?**

**En España la cultura de gap year no existía al iniciar nuestra actividad y de hecho ese movimiento no forma parte de nuestra cultura como en la de otros países Europeos.**

Pero cada vez vemos más gente de todas las edades que decide hacer un paréntesis; Ya sea en sus vacaciones anuales o bien en periodos de descanso de la universidad y cada vez es menos raro pedir una excedencia en el trabajo.

De hecho el ritmo caótico, largas jornadas laborales y la dificultad de conciliar vida laboral y personal hacen que más personas se encuentren en un momento de su vida en que se planteen un cambio y **muchas veces ese paréntesis les ayuda a replantearse cosas.**

**En el último año, con la crisis, hemos visto crecer entre nuestros participantes el porcentaje de gente que está en el paro, del 2% en 2008 al 20 % en 2009.**

**En España, hay mucha gente comprometida con buenas causas y con ganas de realizar actividades altruistas. Y cada vez tenemos más conciencia de cuidar el planeta y a los demás.**

También **las empresas** empiezan a valorar que ese tipo de experiencias les beneficia, pues fidelizan a los empleados y estos vuelven con las pilas cargadas, siendo mucho más creativos y con nuevas ideas que pueden aplicar a sus trabajos.

**¿A la vuelta de casi tres años ¿cuál es la situación?**

**Empezamos en 2007 con 36 programas y hoy en día ya tenemos más de 150 propuestas diferentes.**

Hemos tenido un crecimiento de un 150 % desde el inicio. El feedback que nos llegan de los participantes nos anima a seguir trabajando y buscando nuevas propuestas y destinos para ofrecer más oportunidades.

**Tenemos más programas remunerados en el extranjero**, propuestas especiales para aquellos que tiene más de 50, **voluntariados para familias** y el proyecto es abrir un programa para que gente extranjera pueda tener experiencias similares en nuestro país y convivir con nuestra cultura.

**Desde su experiencia ¿por qué cree que la ayuda social y voluntaria es la opción preferida por los españoles que se toman un tiempo sabático?**

Diría que vivimos en un mundo muy cómodo y que nos estamos "maleducando" y acostumbrando a que todo nos viene dado, ver la realidad de otros países hace que nos demos cuenta que no es algo tan lejano ni un simple documental.

Hay mucha gente en el mundo que vive en condiciones pésimas, que no tiene nada ni agua, ni electricidad, ni tanto consumismo, o menos avances pero curiosamente son mucho más felices que nosotros

Cualquier de esas experiencias te hace valorar lo que tienes, te abre la mente, ayuda a comprender culturas, a ser más tolerante y sobre todo a prestar atención a lo que ocurre a tu alrededor.

**Es una experiencia de crecimiento única, una lección de humildad y una manera de llenarte de vida y energía. Aprender a disfrutar de las cosas simples y una forma alternativa de viajar y conocer otros países y culturas.**

**La formación y aumentar la experiencia profesional son las otras salidas sabáticas más exitosas ¿cuál es la experiencia sabática menos demandada?**

Difícil respuesta.

Depende mucho del perfil, creo que dar respuesta a gente de los 18 a los 70 es un reto importante que afrontamos. Nuestro abanico se adapta a toda la gente y perfiles y lo

más importante, a todos los bolsillos. Quizás lo que les atrae más a los jóvenes no es lo mismo que a los adultos, un año parece que un país esté de moda y el año siguiente es otro.

Por ejemplo ha habido muy mala imagen de Sudáfrica y Brasil, pero ambos países están siendo anfitriones de eventos de renombre mundial, uno la FIFA y otro preparándose para unas olimpiadas, cambia la perspectiva, se crea curiosidad y despierta ganas de visitar e involucrarse con ese país. Y estos a su vez están encantados de poder enseñar su otro lado y de tener a gente internacional ayudándoles en sus proyectos y aprender mutuamente.

### Ha mencionado el tema del presupuesto...

En Sabática trabajamos por encontrar y ofrecer experiencias para todos los presupuestos por eso contamos básicamente con:

- Programas solidarios con el desarrollo social y el medio ambiente.
- Programas de educación no reglada.
- Programas de trabajo parcialmente remunerado.

A todo ellos se une nuestra reciente iniciativa de **BECAS SABATICAS 2009** que dan oportunidad a cualquier persona de realizar un periodo sabático. Existen varias categorías y propuestas, el plazo de candidaturas está abierto **hasta el 15 de marzo**.

Más Información

<http://www.sabatica.org>